

сентябрь – октябрь
2017

как избавиться от цистита и молочницы

**АПТЕКА
здоровья**



*Без дорогих
лекарств*



- ✿ Экспресс-тесты вашего здоровья
- ✿ Скорая помощь при острой боли
- ✿ Целебная брусника и сила алоэ

как избавиться от цистита и молочницы

**АПТЕКА
здоровья**

«АПТЕКА ЗДОРОВЬЯ»
№ 16(45), 2017

Главный редактор Ольга Евгеньевна Молдавская
Арт-директор Илона Большагина
Фоторедактор Ирина Белоусова
Издательский директор Мария Колоколкина
Финансовый директор Наталья Старкова
Директор по распространению Кирилл Егоренко
Начальник производственного отдела Светлана Пехтерева
Размещение рекламы АО «КОНЛИГА МЕДИА»
Телефон/факс (495) 775 1435
Коммерческий директор Светлана ХАРЧЕНКО
Отдел рекламы Гульнара ХАЙРУЛИНА, Наталья ПАВЛЮТКИНА,
Наталья МОЗГОВАЯ, Анна ЛУДАННАЯ
Менеджер по контролю
за размещением рекламы Татьяна Трафимова

Учредитель и издатель
АО «КОНЛИГА МЕДИА»

член Международной ассоциации периодической печати



Основатели компании Александр Владимирович КОЛОСОВ,
Раиса Яковлевна НЕЯГЛОВА-КОЛОСОВА
Генеральный директор Максим ЗИМИН
Адрес редакции (для писем) 105082, Москва, а/я № 5
Адрес редакции и издателя АО «КОНЛИГА МЕДИА» 107082,
Москва, ул. Бакунинская, 71, стр. 10 **Телефон** (495) 775 1435
Электронный адрес shagi@konliga.ru
Печать ОАО «КОСТРОМА», 156010, Кострома,
ул. Самоковская, 10 тел. +7 (4942) 49-15-11

Заказ № 41-07/26 Тираж 60 000 экз.
Цена свободная

Газета зарегистрирована Федеральной службой по надзору в сфере связи,
информационных технологий и массовых коммуникаций (Роскомнадзор).
Свидетельство о регистрации ПИ № ФС77-65017 от 10 марта 2016 г.

Информационная продукция для детей старше 16 лет.
Все права на распространение в РФ и зарубежных странах
принадлежат АО «КОНЛИГА МЕДИА».

Время подписания в печать: 23.08.2017 в 15.00
Дата выхода в свет: 05.09.2017
Дата начала продаж: 11.09.2017

Составлено на основе писем, присланных в редакцию читателями журнала «Шаги к здоровью». За содержание советов читателей и способы их использования редакция ответственности не несет. Проще чем воспользоваться тем или иным советом, посоветуйтесь с лечащим врачом. Мнение редакции может не совпадать с мнением читателей. Любое использование материалов возможно только с письменного разрешения редакции. Перепечатка текстов, фотографии и иные материалы, отправитель (автор) выражает тем самым согласие на публикацию данных материалов и передает редакции все исключительные права на использование этих материалов в любой форме и любым способом, в том числе право на публикацию в изданиях АО «КОНЛИГА МЕДИА».

© АО «КОНЛИГА МЕДИА»
Все права защищены
Обложка: Shutterstock

Фото в номере: Shutterstock, TS/Fotobank.ru

*Дорогие
читатели!*

Можно ли жить так, чтобы ничего не болело? Можно! И стоит к этому стремиться. Что для этого нужно? Правильное питание, здоровый образ жизни и физическая активность. А если все-таки что-то болит? Попробуйте помочь своему организму справиться с болезнью самостоятельно, без лекарств. Используйте проверенные временем средства из арсенала народной медицины – не только русской, но и индийской, китайской и японской. Вы можете испробовать любое из них – конечно, с осторожностью, ведь даже безобидный горчичник может навредить, если забыть снять его на ночь. Если вы никогда не использовали это средство раньше и не знаете, подойдет ли оно вам, посоветуйтесь с врачом. В данной серии «Аптека здоровья» четыре выпуска: «Как избавиться от боли в спине», «Как победить ожирение», «Как избавиться от боли в суставах» и «Как избавиться от цистита и молочницы». Мы надеемся, что они будут полезны вам, дорогие читатели! Будьте здоровы и берегите себя!

*Редакция
«Аптеки здоровья»*

Экспресс-тесты для вашего здоровья

Экспресс-тест разработан для тех, кто заботится о своем здоровье, но не располагает большим количеством времени. В нашей рубрике одни из лучших врачей Москвы задают вопросы, ответив на которые вы сможете определить, есть ли у вас необходимость обследования того или иного заболевания.

Молочница

Многие женщины сталкивались хоть раз в жизни с таким инфекционным заболеванием, как вагинальный кандидоз (молочница) и не понаслышке знают, какая это неприятная напасть. Однако наличие молочницы не исключает и ее сосуществование с другими видами половых инфекций. Поэтому ни в коем случае нельзя заниматься самолечением, ведь точный диагноз сможет поставить только врач на основании клинической картины, а также основываясь на данных лабораторных исследований. Нижеприведенные вопросы помогут вам быстро оценить вероятность наличия у вас молочницы и вовремя принять меры.

1 У вас появились обильные выделения из половых путей?

2 Вас беспокоит дискомфорт при половом акте?

3 Вы испытываете зуд и (или) жжение во влагалище?

4 Выделения белого, желтоватого или зеленоватого цвета?

5 Выделения из влагалища стали густые и непрозрачные?

6 Вы заметили неприятный запах из половых путей?

7 Вы отмечаете покраснение наружных половых органов?

8 Вас беспокоит болезненность при мочеиспускании?

9 Вы заметили отечность наружных половых органов?

10 Вам приходилось часто или длительно принимать антибиотики?

Если ответов «ДА» от 1 до 3

Вероятность, что у вас вагинальный кандидоз не высока, но все же имеющиеся симптомы свидетельствуют о проблемах вашего женского здоровья.

Если ответов «ДА» от 3 до 7

Многое в ваших ответах говорит о возможности наличия молочницы. Обратитесь к врачу – это предотвратит опасные осложнения.

Если ответов «ДА» более 7

Есть угроза жизни – важно функциям. Срочно обратитесь к гинекологу!

